

Linden, M., Walter, M., Fritz, K., & Muschalla, B. (2015). Häufigkeiten und Spektrum von unerwünschten Therapiewirkungen bei verhaltenstherapeutischer Gruppentherapie, *Der Nervenarzt*, 86, 1371-1382.

Häufigkeit und Spektrum von unerwünschten Therapiewirkungen bei verhaltenstherapeutischer Gruppentherapie

Prof. Dr. Michael Linden^{a,b}, Mara Walter BSc^a, Katharina Fritz BSc^a, Dr. phil. Dipl. Psych. Beate Muschalla^{a,c}

^a Forschungsgruppe Psychosomatische Rehabilitation an der Charité Universitätsmedizin Berlin, Berlin

^b Abteilung für psychische und psychosomatische Erkrankungen des Rehabilitationszentrums Seehof der Deutschen Rentenversicherung Bund, Teltow/Berlin

^c Arbeits- und Organisationspsychologie, Universität Potsdam, Potsdam

Running title: Nebenwirkungen Gruppentherapie

Schlüsselwörter: Nebenwirkungen, Gruppenpsychotherapie, Verhaltenstherapie, UE-G-Skala

Key Words: Side effects, Group-Psychotherapy, Behavior Therapy, UE-G-Scale

Originalarbeit zur Publikation in **Der Nervenarzt**

Korrespondenzadresse:

Prof. Dr. Michael Linden

Forschungsgruppe Psychosomatische Rehabilitation, Rehasentrum Seehof

Lichterfelder Allee 55, 14513 Teltow/Berlin

Email: michael.linden@charite.de

Zusammenfassung

Hintergrund: Psychotherapie hat nicht nur positive sondern auch negative Wirkungen, was insbesondere für Gruppenpsychotherapie gilt, wegen der zusätzlichen gruppenspezifischen und interaktionellen Prozesse.

Methode: 71 Patienten berichteten anhand des UE-G-Fragebogens, welche Negativerfahrungen sie während einer verhaltenstherapeutischen Gruppentherapie gemacht haben. Die Fragebogenantworten wurden zusätzlich durch ein qualitatives Interview während der Gruppensitzung validiert.

Ergebnisse: 98,6 % der Patienten berichteten über mindestens eine Negativerfahrung und 43,7% über mindestens ein stark bzw. extrem belastendes Negativereignis. Am häufigsten sind die Induktion von Hoffnungslosigkeit und Demoralisierung durch das, was sie bei anderen Patienten während der Gruppe sehen oder zu hören bekommen.

Schlussfolgerungen: Belastende und damit unerwünschte Erfahrungen sind bei Gruppentherapie regelhaft zu erwarten. Inwieweit Negativerleben therapie- oder patientenbedingt ist, ist zu diskutieren. In jedem Fall sind unerwünschte Begleitwirkungen bei der Gruppendurchführung, bei der Schulung von Gruppentherapeuten und in der Qualitätssicherung zu beachten.

Frequency and spectrum of unwanted treatment effects in behavior group therapy

Abstract

Background: Psychotherapy has not only positive but also negative effects, which is especially true for group psychotherapy because of psychodynamic and interactional processes.

Method: 71 patients who participated in cognitive behavioral group psychotherapy were reported unwanted events in the context of the group therapy. The answers were then validated in a qualitative interview.

Results: 98,6 % of the patients reported some burden and 43,7% severe or extremely severe negative experiences. Most prominent is the induction of hopelessness and demoralization by what patients see and hear from co-patients.

Conclusion: Unwanted treatment emergent effects are regularly seen in group psychotherapy. It can be discussed whether they are treatment or patient related. In any case they be taken into account during treatment, in the training of group psychotherapists and in quality control.

Einleitung

Unerwünschte Begleitwirkungen stellen ein wichtiges Problem in jeder Psychotherapie dar [1]. Fragt man nach der Art und Häufigkeit von entsprechenden Nebenwirkungen, dann kann es, ebenso wie in der Pharmakotherapie, keine Globalaussage geben, weil je nach Art der Psychotherapie, nach Applikationsform oder Setting mit unterschiedlichen Problemen zu rechnen ist. Diesbezüglich von Relevanz ist die Unterscheidung zwischen Einzel- und Gruppentherapie [2]. In der Einzelpsychotherapie gibt es nur die Interaktion zwischen Therapeut und Patient, in der Gruppentherapie kommt noch die Interaktion zwischen den Patienten, die Gruppendynamik oder die Besonderheiten der Raumsituation hinzu [3]. Wenn in einer Psychotherapiegruppe mehrere Menschen mit Depression oder Angst oder Persönlichkeitsstörungen zusammensitzen, dann ist es nicht selbstverständlich, dass dies beispielsweise zu einer Stimmungsverbesserung, Entängstigung oder unterstützenden Interaktion führt. Zusätzlich ist nach Yalom [4] ein Effekt von Gruppenpsychotherapie der „Varianzerweiterungseffekt“, womit gemeint ist, dass ohne Therapeutenintervention stabile Patienten für sich aus der Gruppe Positives ziehen, während sich instabile Patienten eher zusätzlich belastet fühlen. Aus diesem Paradigma folgt, dass bei jeder Gruppenpsychotherapie ein Teil der Patienten in der Gefahr ist gruppenbedingte Negativerfahrungen zu machen, also Nebenwirkungen zu erleiden [5;6;7].

Unerwünschte Ereignisse, die zeitlich parallel zu einer Psychotherapie auftreten müssen nicht automatisch Nebenwirkungen sein. Nebenwirkungen sind unerwünschte Ereignisse, die durch eine fachgerechte Psychotherapie hervorgerufen wurden und damit auch von Kunstfehlerfolgen zu unterscheiden sind [8, 9]. In Psychotherapien sind in der Regel im Outcome positive Erlebenszustände angezielt. Unser Ziel ist nicht (auch nicht vorübergehend), dass es Patienten „schlechter“ gehen soll. Nebenwirkungen sind hier analog zu sehen zu Nebenwirkungen in anderen medizinischen Fachbereichen: Eine Narbe die im Rahmen einer Operation entsteht ist eine Nebenwirkung. Und dennoch ist sie unvermeidlich und verursacht ggf. vorübergehend Schmerzen. Sowohl die Narbe als auch die Schmerzen würde man nicht als „erwünschte“ Begleiterscheinung einer Behandlung, aber als eine notwendige ansehen, solange es kein Behandlungsverfahren gibt, das ohne diese unerwünschte Begleiterscheinung auskommt. Sobald jedoch eine Behandlungsmethode auf den Markt käme, die keine oder eine kleinere Narbe verursacht, würde man dieser Behandlungsvariante den Vorzug geben. Gleiches gilt bei der Psychotherapie: Ist es für die Behandlung von Angsterkrankungen aktuell lege artis notwendig im Rahmen einer Exposition vorübergehende Anspannungs- und Angstgefühle in Kauf zu nehmen, so wäre diese

Behandlungsvariante nicht mehr als erste Wahl anzuwenden, sobald sich eine andere Behandlungsmöglichkeit bekannt würde, die zum gleichen Ergebnis führt (Toleranz vormals angstbesetzter Reize), aber ohne die Begleiterscheinung unangenehmer Anspannungszustände während der Therapie selber auskommt.

Eine Selbstbeurteilung durch Patienten kann nur bedingt Rückschlüsse auf Nebenwirkungen zulassen, da Patienten in der Regel nicht einschätzen können ob die Therapie lege artis durchgeführt worden ist. Dennoch ist die Befragung und das Erleben von Patienten ein erster wichtiger Schritt in der Erfassung von „unerwünschten Ereignissen“ im Zusammenhang mit einer Therapie, da das subjektive Empfinden von Patienten in jedem Fall mit definiert, was belastend ist [3]. Ein solches Selbstbeurteilungs-Instrument zur Erfassung unerwünschter Ereignisse von Gruppenpsychotherapie ist die UE-G-Skala (Skala zur Erfassung von unerwünschten Ereignissen im Rahmen einer Gruppenpsychotherapie). Konstruktionsprinzip ist, dass eine Reihe von Situations- und Wirkungsparameter der Gruppensituation benannt werden, die nach klinischer Erfahrungen wie auch nach den Konzepten von Roback [6] oder Burlingame et al. [10] ursächlich für negative Effekte und Nebenwirkungen von Gruppentherapien sein können. Dazu gehören erstens Situationsmerkmale wie die Gruppengröße (Verlorensein), Raumeigenschaften (Engegefühl) oder Rahmenbedingungen (häufig wechselnde Patienten) [7; 11], zweitens Gruppenprozessmerkmale wie die Inhalte der Gruppenpsychotherapie (verunsichernde Informationen), die Art ihrer Abhandlung (Exposition von Leid) oder die gruppendynamischen Prozesse (Herabwürdigung durch Andere) [12], drittens Patienten Aspekte wie die Art der vorliegenden Erkrankungen (Induktion von Hoffnungslosigkeit) [13;7], viertens Therapeutenfaktoren wie der Führungsstil (Dominanz) [6].

Bei der Erfassung von unerwünschten Ereignissen oder Nebenwirkungen ist zu berücksichtigen, dass eine Nebenwirkungsskala nicht als dimensionales Instrument verstanden werden darf. Es gibt keinen Hauptfaktor „Nebenwirkungsanfälligkeit“, sondern jede einzelne Nebenwirkung steht für sich und muss gesondert betrachtet werden. Es kann ggfls. ein Summenscore errechnet werden, der eine Aussage über die Nebenwirkungslast einer bestimmten Therapie, beispielsweise im Vergleich zu einer anderen ermöglicht.

Methode

Setting und Patienten

Teilnehmer an der Untersuchung waren 71 Patienten die im Rahmen ihres Aufenthalts in einer psychosomatischen Rehabilitationsklinik an einer verhaltenstherapeutisch orientierten Gruppenpsychotherapie teilnahmen. 57.7% waren Frauen, 50,7% verfügten mindestens über einen Abiturabschluss, das Durchschnittsalter lag bei 49,7 ($SD = 8,7$) Jahren. Die Patienten litten unter affektiven Störungen, Angsterkrankungen oder Persönlichkeitsstörungen.

Im Rahmen der Routinebehandlung erhielten die Patienten zweimal wöchentlich eine Doppelstunde Gruppenpsychotherapie mit verhaltenstherapeutischem Schwerpunkt. Es handelte sich um slow-open-Gruppen mit jeweils etwa zehn Teilnehmern und definiertem therapeutischem Schwerpunkt. 22.5% der Patienten nahmen an einer Gruppe „Lebensbewältigung (Weisheitstherapie und Problemmanagement)“ teil, 21.1% an einer Gruppe „Zwischenmenschliche Probleme (Training sozialer Kompetenz)“, 23.9% an einer Gruppe „Angstbewältigung“, 15.5% an einer Gruppe „körperliche Beschwerden (Somatisierung)“, und 16.9% an einer Gruppe zu „Stimmungsproblemen (Depressionsmanagement)“. 45.1% der Patienten hatten früher schon einmal an einer Gruppentherapie teilgenommen.

Es waren 10 Gruppentherapeuten beteiligt. Davon waren 8 weiblich, 2 psychologische Psychotherapeuten und 8 ärztliche Psychotherapeuten, ihr Alter lag zwischen 30 und 50 Jahren ($M = 37,1$, $SD = 6,9$), ihre Approbation lag durchschnittlich 7,38 ($SD = 7,85$) Jahre zurück.

Untersuchungsinstrumentarium und -durchführung

Die Patienten füllten die UE-G-Skala aus. Sie umfasst 46 Items, die in Tabelle 1 aufgeführt sind. Die Patienten wurden gebeten an die genannten Gruppenfaktoren zu denken und anzugeben, ob sie sich dadurch belastet gefühlt haben. Die Skala ist gegliedert in die Abschnitte:

1. Belastungen bedingt durch die Gruppengröße oder den Raum (8 Items)
2. Belastungen bedingt durch die Inhalte, die in der Gruppe besprochen worden sind (9 Items)
3. Belastungen bedingt durch Mitpatienten in der Gruppe (8 Items)
4. Belastungen bedingt durch das Auftreten des Therapeuten (8 Items)
5. Unerwünschte Folgewirkungen nach der Gruppentherapie Teilnahme (9 Items)
6. Globaleinschätzung von Nebenwirkungen der Gruppe (4 Items)

Jedes Item kann nach seiner Schwere beurteilt werden: 0 = trifft nicht zu, 1 = trifft zu, aber war wenig belastend, 2 = trifft zu, war deutlich belastend, 3 = trifft zu, war stark belastend, 4 = trifft zu, war extrem belastend.

Für die Untersuchung wurde jeweils eine beliebige Therapiesitzung genutzt. Die Patienten wurden durch die behandelnden Gruppentherapeuten während der Gruppensitzung über die Befragung informiert und es wurde ihnen erläutert, dass bekannt ist, dass Gruppen eine Belastung darstellen können und dies untersucht werden soll. Den Patienten wurde versichert, dass der Gruppentherapeut die Fragebögen nicht zur Einsicht erhält, sondern dass diese ausschließlich anonym ausgewertet würden. Die Verteilung und das Einsammeln der Fragebogen erfolgte deshalb durch Forschungsmitarbeiterinnen, die nicht selbst als Gruppentherapeuten tätig waren.

Die Patienten füllten den Fragebogen in der Gruppensitzung aus. Danach wurde das Thema „Nebenwirkungen“ zum Gruppenthema gemacht. Der Therapeut besprach mit den Patienten die einzelnen Dimensionen und Items. Dabei konnten die Patienten auf persönliche Erfahrungen zurückgreifen oder angeben, was passieren müsste, damit sie eines der Nebenwirkungsisems des Fragebogens als zutreffend empfinden. Die Forschungsmitarbeiterinnen saßen als Beobachterinnen dabei und protokollierten die Aussagen zu den einzelnen Items als Freitext.

Ergebnisse

Qualitative Auswertung

Tabelle 1 gibt einen Überblick über die Items des Fragebogens und in der zweiten Spalte dazugehörige typische Patientenaussagen. Die Patientenaussagen zu den Inhalten der Items der Skala zeigen ein gutes inhaltliches Verständnis. Im Bereich „Gruppengröße oder Raum“ wurde z.B. geäußert, dass die Nähe zu anderen Personen im Raum als einengend wahrgenommen werden kann, aber auch, dass ein zu großer Raum oder zu wenig Gruppenteilnehmer als unangenehm erlebt werden. Im Bereich „Inhalt“ haben die Patienten berichtet, wie die Inhalte der Gruppentherapien zu Verunsicherung oder Irritationen führen können. Im Bereich „Therapeut“ wurden Äußerungen zum Verhalten des Therapeuten gemacht.

[Tabelle 1 hier einfügen]

Quantitative Auswertung

Von den befragten Patienten gaben nur 1,4% ($n=1$) kein Belastungserleben an, d.h. 98,4% ($n=70$) beklagten eine oder mehrere Negativwirkungen. Berücksichtigt man nur Items mit dem Schwererating 3 oder 4, dann gaben 43,7% ($n=31$) der Patienten an, dass sie mindestens unter einer relevanten negativen Begleitwirkung gelitten haben, die sie als stark bzw. extrem belastend erlebt haben.

Tabelle 1 gibt die Häufigkeit der einzelnen Klagen zu den einzelnen Items wieder. Fasst man die stark und extrem belastenden Begleitwirkungen zusammen, dann finden sich die höchsten Werte für „Wenn ich an das denke, was in der Gruppe besprochen wurde, dann erfasst mich Angst wie es weitergehen soll“ (19,7%; $n=14$), „Wenn ich an das denke, was in der Gruppe besprochen wurde, dann merke ich erst wie kompliziert alles ist“ (15,5%; $n=11$), „Wenn ich an das denke, was in der Gruppe besprochen wurde, dann wurde mein Problem und meine Thematik nicht angesprochen“ (11,5%; $n=9$), „Wenn ich an das denke, was in der Gruppe besprochen wurde, dann geht es mir schlechter als vorher“ (10,0%; $n=8$), „Wenn ich an die anderen Teilnehmer der Gruppe denke, merkte ich, dass ich da nicht hingehöre“ (11,8%; $n=9$), „Wenn ich an die anderen Teilnehmer der Gruppe denke, habe ich gemerkt, dass meine Probleme schwerer sind als ich dachte“ (10,0%; $n=8$), „Nach der Gruppenteilnahme denke ich, dass ich im Alltag ohne Therapie nicht mehr zurechtkommen werde“ (9,8%; $n=8$). „Nach der Gruppenteilnahme fühle ich mich schlechter als vorher“ (8,6%; $n=7$), „Wenn ich insgesamt an die Gruppe denke, dann habe ich die Erkenntnis gewonnen, dass Gruppentherapie nichts für mich ist“ (14,1%; $n=10$). Die häufigsten negativen Belastungen zentrieren sich also um das Oberthema der Entmutigung durch die Gruppeninhalte und die mitunter konfliktbehaftete Begegnung mit den anderen Patienten. Die niedrigsten Belastungen mit durchgehend über 90% „trifft nicht zu-Angaben“ fand sich für die Items, die das Therapeutenverhalten beschreiben.

Betrachtet man die einzelnen Wirkungsdimensionen, dann geben bzgl. Gruppengröße und Raum 49,3% ($n=35$) der Patienten an, sich gehemmt gefühlt zu haben, etwas zu sagen. Bezüglich der Gruppeninhalte sagen 71,8% ($n=51$), dass sie jetzt erst merken, wie kompliziert alles ist. Bei Betrachtung der anderen Teilnehmer, kamen 44,3% ($n=32$) zu der Erkenntnis, wie schwer die eigenen Probleme sind. Hinsichtlich des Therapeuten hatten 8,5% ($n=6$) kein Vertrauen, dass der Therapeut den Gruppenablauf im Griff hat. Im Urteil über die Gruppe

insgesamt meinten 56,3% ($n=40$) dass man ohne Therapie nicht mehr zurechtkomme bzw. 50,7% ($n=36$) dass Gruppentherapie nichts für sie sei.

Diskussion

Die Ergebnisse zeigen, dass Patienten in der Selbstauskunft eine Reihe von Belastungen angeben, die unmittelbar einsichtig und inhaltlich nachvollziehbar erscheinen. Die Validität der Antworten zeigt auch das qualitative Interview.

Es stellt sich die Frage, ob die geklagten Belastungen Therapie-Nebenwirkungen sind. Es ist denkbar, dass das Erleben von Hoffnungslosigkeit ein Symptom der Grunderkrankung ist oder kurzfristige Verschlechterungen der Symptomatik einen natürlichen Krankheitsverlauf darstellen [14], aber fälschlicherweise als Folge der Therapie angegeben werden. Dennoch sprechen das Muster der Klagen sowie die differentiellen Antworten dagegen, dass sich hier nur eine Patientenvariable und ein allgemeines negatives kognitives Bewertungsschema abbildet.

Es kann auch nicht beantwortet werden, welcher Anteil der Negativwirkungen auf eine inadäquate Therapie zurückzuführen ist und bei „richtiger“ Therapie zu vermeiden gewesen wäre. Dies kann nicht ausgeschlossen werden. Es kann nur gesagt werden, dass die Therapeuten eine hinreichende Qualifikation besaßen und damit ihnen zunächst einmal ein fachgerechtes Vorgehen unterstellt werden muss.

Bezüglich der quantitativen Auswertung zeigt sich, dass es für Patienten belastend sein kann, in einer Gruppe zu sitzen, eigene Probleme zu offenbaren, zum Objekt von Diskussionen zu werden oder psychische Störungen bei Mitpatienten mitzuerleben. Auch dies ist unmittelbar nachvollziehbar. Die Rate von 98,4 % an Patienten die mindestens über eine Negativerfahrungen klagen zeigt, dass negative Begleitwirkungen ein unvermeidlicher Teil der Gruppenpsychotherapie sind. Glücklicherweise ist die Intensität subjektiv zumeist nur leicht bis mittelgradig belastend. Dennoch gaben 43,7% als schwer erlebte Belastungen an, das heißt negative Therapiewirkungen, die ernst genommen werden müssen.

Therapeutische Implikationen

Von therapeutischer Relevanz ist die Art der vorrangig und am intensivsten geklagten unerwünschten Begleitwirkungen. Patienten erleben in der Konfrontation mit anderen Patienten, wie schlimm psychische Erkrankungen sein können, beziehen dies auf sich selbst und leiten daraus ab, wie wenig ggfls. dagegen getan werden kann. Dies betrifft immerhin etwa zwei Patienten pro Gruppe.

Aus diesen Daten ergeben sich unmittelbar therapeutische Konsequenzen. Yalom und Liebermann [4, 13] haben darauf hingewiesen, dass gute Therapeuten vor allem solche sind, die sich um die Patienten kümmern, die unter der Gruppe leiden und weniger um die, die aktiv und selbstbewusst an der Gruppe mitwirken. Als Regel muss also gelten, eine „nebenwirkungsgeleitete Psychotherapie“ durchzuführen. Dies bedingt ein kontinuierliches Nebenwirkungsmonitoring als Beitrag zur Qualitätssicherung der Therapie. Bei der inhaltlichen Heterogenität der Items müssen verschiedene Nebenwirkungen getrennt betrachtet und therapeutisch in unterschiedlicher Weise behandelt werden. Es sollte nicht nur gefragt werden, ob es Probleme gab, sondern verschiedene potentielle Nebenwirkungen sollten gezielt exploriert werden.

Die Diskussion des Themas in den Gruppen während der vorliegenden Studie hinterließ den Eindruck, dass Patienten dem Thema „Nebenwirkungen“ keinesfalls abwehrend oder vermeidend gegenüberstehen. Dies spricht für die Empfehlung, dass sich Therapeuten einen nüchternen problembezogenen und nicht dramatischen oder ängstlichen Umgang mit Nebenwirkungen ihrer Behandlungen aneignen sollten. Sie sollten bspw. das Vorkommen von Nebenwirkungen in ihre Aufklärung mit einbeziehen und sie als ein normales Phänomen vermitteln, so wie dies auch in der Pharmakotherapie gefordert wird. Hierbei kann sogar ein entlastender Effekt eintreten, wenn die Patienten nicht von Nebenwirkungen „überrascht“ werden.

Ausblick für weitere Forschung

Die vorliegenden Ergebnisse lassen Aussagen zu über das Nebenwirkungserleben von Gruppentherapiepatienten nach einer bestimmten Gruppentherapiestunde. Sie erlauben keine Aussagen über die Entwicklung von Nebenwirkungserleben über längere Therapieverläufe. In Längsschnittuntersuchungen müsste geklärt werden, welche Nebenwirkungen eher vorübergehender Natur sind und welche länger andauern oder weitere unerwünschte Reaktionen nach sich ziehen.

Auch wäre in weiteren Untersuchungen zu berücksichtigen, welche Rolle Vorerfahrungen mit Psychotherapie spielen, ob es bspw. aus vorausgehenden Gruppentherapien mit hohem Nebenwirkungserleben negative Erwartungshaltungen hinsichtlich kommender Gruppentherapien gibt.

Die adäquate Aufklärung über Psychotherapienebenwirkungen sollte Berücksichtigung finden, da sie sich auf das Nebenwirkungserleben niederschlagen kann: Patienten die in oben beschriebener Weise über Nebenwirkungen aufgeklärt worden sind, könnten durch einerseits durch Sensitivierungsprozesse eher geneigt sein, Nebenwirkungen wahrzunehmen, es könnte aber auch sein, dass sie diese Nebenwirkungen dann nicht als überraschend und damit als weniger belastend wahrnehmen als uninformierte Patienten.

Eine gleichzeitige nebenwirkungsgeleitete Supervision der Therapie an sich kann dazu beitragen die Patientenaussagen zu den Nebenwirkungen noch besser zu validieren, in dem Sinne, dass das Vorkommen von „Kunstfehlern“ (und damit die Verwechslungsmöglichkeit von Kunstfehlern mit Nebenwirkungen) reduziert werden kann.

Schlussfolgerung

Die Häufigkeit von unerwünschten Begleitwirkungen von Gruppentherapie zeigt, dass dies eine Form der Psychotherapie ist, die von den verantwortlichen Therapeuten eine große diesbezügliche Sensibilität und Fachkompetenz verlangt. In der klinischen Praxis werden Therapiegruppen häufig Mitarbeitern ohne besondere Erfahrung übertragen, was problematisch sein kann. Die fachlichen Voraussetzungen zur Durchführung von Gruppentherapien sollten enger gefasst werden.

In die vorliegende Untersuchung wurden verhaltenstherapeutische Gruppen mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten einbezogen. Die Patientenzahlen erlauben keine vergleichenden Analysen zwischen den Gruppen. Ebenso wenig kann gesagt werden, ob tiefenpsychologisch orientierte Gruppen ähnliche Nebenwirkungsraten und –arten aufweisen. Dies sind Fragen für weitere Studien. Mit der UE-G-Skala steht ein Erhebungsinstrument zur Verfügung mit welchem weitere Untersuchungen und vergleichende Analysen möglich werden.

Literatur

- [1] Linden M, Strauß B, Hrsg. Risiken und Nebenwirkungen von Psychotherapie. Berlin: Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft; 2013
- [2] Hoffmann SO, Rudolf G, Strauß B. Unerwünschte und schädliche Wirkungen von Psychotherapie. *Psychotherapeut* 2008; 53: 4-16
- [3] Yalom, ID. Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie. Stuttgart: Klett- Cotta; 2007
- [4] Bergin AE, Murray EJ, Truax CB et al. The effects of psychotherapy: Negative results revisited. *Journal of Counselling Psychology* 1963; 3: 244–250
- [5] Sipos V, Schweiger U. Gruppentherapie. In: Leibing E, Hiller W, Sulz S, Hrsg. Lehrbuch der Psychotherapie. Ausbildungsinhalte nach dem Psychotherapeutengesetz. Vertiefungsband Verhaltenstherapie. München: CIP-Medien; 2003: 469-481
- [6] Roback HB. Adverse outcomes in group psychotherapy. Risk factors, prevention, and research directions. *Journal of Psychotherapy Practice and Research* 2000; 9: 113-122
- [7] Strauß B, Mattke D. Gruppenpsychotherapie - Lehrbuch für die Praxis. Heidelberg: Springer; 2012
- [8] Linden M. How to define, find, and classify side effects in psychotherapy: from unwanted events to adverse treatment reactions. *Clinical Psychology & Psychotherapy* 2013; 20(4): 286-296
- [9] Haupt ML, Linden M, Strauß M. Definition und Klassifikation von Psychotherapie-Nebenwirkungen. In: Linden M, Strauß B, Hrsg. Risiken und Nebenwirkungen von Psychotherapie. Berlin: Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft; 2012: 1 – 13
- [10] Burlingame GM, MacKenzie KR, Strauß B. Evidence-based small group treatments. *Bergin & Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change*. New York: Wiley & Sons; 2004
- [11] Tschuschke V. Gruppenpsychotherapie. Von der Indikation bis zu Leitungstechniken. Stuttgart: Thieme; 2010
- [12] Epstein RS, Simon RI, Kay GG. Assessing Boundary Violations in Psychotherapy: Survey Results with The Exploitation Index. *Bulletin of the Menninger Clinic* 1992; 56:150-166
- [13] Yalom ID, Liebermann MA. A study of encounter group casualties. *Archives of General Psychiatry* 1971; 25: 16-30
- [14] Heins MJ, Knoop H, Prins JB et al. Possible Detrimental Effects of Cognitive Behaviour Therapy for Chronic Fatigue Syndrome. *Psychotherapy and Psychosomatics* 2010; 79(4): 249-256

Tabelle 1. Patientenaussagen zu Einzelitems von verschiedenen Gruppentherapie-Nebenwirkungsdimensionen

Wenn ich an die Gruppengröße/ den Raum denke, ...	Freiformulierte Patientenkommentare	Trifft nicht zu	Trifft zu, war aber wenig belastend	Trifft zu, war deutlich belastend	Trifft zu, war stark belastend	Trifft zu, war extrem belastend
... habe ich mich eingeengt gefühlt.	In einem kleinen Zimmer fühlt man sich beengt, aber zu groß ist auch nicht gut.	69.0%	21.1%	5.6%	2.8%	1.4%
... wäre meine Abwesenheit kaum aufgefallen.	Eine große Gruppe aktiviert den Schutzmechanismus, sich zu verstecken	69.6%	27.5%	1.4%	1.4%	-
... habe ich mich beobachtet/ ausgeliefert gefühlt.	Wenn das Fenster offen ist, ist das wie ein Kino für die Leute draußen, da könnten Informationen nach außen gelangen Wenn oft neue Leute in die Gruppe kommen muss man das Vertrauen etwas zu sagen immer wieder aufbauen	63.4%	22.5%	12.7%	1.4%	-
... bin ich völlig untergegangen.	Wenn die Gruppe zu groß ist, kommt man nie zu einem selber	77.5%	15.5%	5.6%	1.4%	-
... habe ich Angst-/ Beklemmungsgefühle bekommen.	Eine große Gruppe aktiviert den Schutzmechanismus, sich zu verstecken	54.9%	25.4%	15.5%	2.8%	1.4%
... fühlte ich mich gehemmt etwas zu sagen.	Das waren mir zu viele Leute, da will ich erst mal nichts über mich sagen.	50.7%	33.3%	11.6%	2.9%	1.4%
... habe ich mich wie auf einem Präsentierteller gefühlt.	bei einem Raum ohne Tisch ist man sehr angreifbar	63.4%	19.7%	9.9%	4.2%	2.8%
... war mir die Nähe zu Anderen körperlich unangenehm.	Ich habe 2-3 Wochen gebraucht um mich wohlfühlen	69.0%	19.7%	7.0%	1.4%	2.8%
<i>Gesamt Raumsituation</i>			<i>Mindestens eine NW (Rating 1-4)</i> 74.6%		<i>Mindestens eine schwer belastende NW (Rating 3+4)</i> 9.9%	

Wenn ich an das denke, was in der Gruppe besprochen wurde, ...		Trifft nicht zu	Trifft zu, war aber wenig belastend	Trifft zu, war deutlich belastend	Trifft zu, war stark belastend	Trifft zu, war extrem belastend
... habe ich erkennen müssen, dass man gegen meine Probleme nichts machen kann.	Es war entmutigend	55.7%	17.1%	20.0%	7.1%	-
... weiß ich gar nicht mehr, was ich denken soll.	Ich muss mich zurückziehen, weil mich das dann zu sehr belastet	67.6%	18.3%	9.9%	4.2%	-
... wurde mein Problem und meine Thematik nicht angesprochen.	Bis jetzt war mein Problem noch nicht dabei Bis jetzt konnte ich noch nichts hieraus mitnehmen	50.7%	29.0%	8.7%	4.3%	7.2%
... merke ich erst, wie kompliziert alles ist.	„Das hat mich erst mal umgehauen, da ich es vorher verdrängt habe Was für mich so schlimm ist, ist was für Geschichten so ans Tageslicht kommen Es belastet mich zu sehr, ich kann das teilweise nicht verstehen“	28.2%	31.0%	25.4%	11.3%	4.2%
... erfasst mich Angst wie es weitergehen soll.	Ich bin rausgegangen, alles hat geschwirrt, ich dachte, hoffentlich wird das jetzt nicht auch noch dein Problem	36.6%	19.7%	23.9%	12.7%	7.0%
... bin ich noch auf zusätzliche Probleme gestoßen worden.	Eigentlich dachte ich, das ist nicht mein Thema. Dann bin ich aber nachts aufgewacht und habe gemerkt, das betrifft dich ja doch in näherer Zukunft. Jetzt habe ich noch ein Körbchen zu tragen.	39.1%	31.9%	21.7%	4.3%	2.9%
... geht es mir schlechter als vorher.	Ich steigere mich dann selber rein Mich zieht das teilweise auch ein bisschen runter	55.7%	15.7%	18.6%	2.9%	7.1%

... bin ich ganz verwirrt.	Ich konnte der Diskussion nicht folgen Stimmengewirr war sehr belastend	75.4%	11.6%	5.8%	4.3%	2.9%
... fühle ich mich, als wäre ich zu dumm etwas zu begreifen.	Das war mir zu hoch	77.5%	8.5%	7.0%	7.0%	-
<i>Gesamt Inhalt</i>			<i>Mindestens eine NW (Rating 1-4) 91.5%</i>	<i>Mindestens eine schwer belastende NW (Rating 3+4) 29.6%</i>		
Wenn ich an die anderen Teilnehmer in der Gruppe denke, ...		Trifft nicht zu	Trifft zu, war aber wenig belastend	Trifft zu, war deutlich belastend	Trifft zu, war stark belastend	Trifft zu, war extrem belastend
... musste ich Kritik und Beleidigungen über mich ergehen lassen.	Ich habe mich hier noch nie beleidigt gefühlt. Wenn dann wäre das aber eine sehr starke Belastung Es kommen ja Leute unterschiedlicher Mentalitäten zusammen. Da kommt es zu Missverständnissen, wenn Personen aus einer Region anders interagieren als Leute aus anderen Teilen Deutschlands. Man kann sich angegriffen fühlen, auch wenn es gar nicht so gemeint ist Eine aggressive Person in der Gruppe kann auch Angst machen	95.7%	-	2.9%	-	1.4%
... fühlte ich mich klein und / oder wertlos.	Beim Sprechen hatte ich die Angst, mein Problem nicht richtig übergebracht zu kriegen. Das Problem so zu artikulieren dass mir die anderen helfen können ist schwer Wenn ich auf eine Frage antworte denke ich mir: Ist das jetzt richtig, was denken die anderen jetzt von mir?	83.1%	5.6%	5.6%	4.2%	1.4%

... merkte ich, dass ich da nicht hingehöre.	Man fühlt sich deplaziert, da die Themen noch nichts für einen waren	58.8%	23.5%	5.9%	7.4%	4.4%
... hatte ich ständig das Gefühl etwas sagen zu müssen.	Man muss ja nur so viel sagen, wie man möchte	71.8%	19.7%	5.6%	2.8%	-
... stand ich ständig unter Druck.	Ich hatte das Gefühl, mich den anderen aufzudrängen	70.4%	14.1%	8.5%	2.8%	4.2%
... kam ich nie zu Wort.	Für den, der gerade spricht und unterbrochen wird ist das wie eine Ohrfeige Bei vielen Männern, die ja lauter und dominanter reden, könnten sich die Frauen vernachlässigt fühlen	93.0%	5.6%	1.4%	-	-
... wurde ich ausgegrenzt.	Am Anfang fühlte ich mich ausgegrenzt, da die Gruppe schon sehr vertraut war. Das hat sich aber gelegt	95.8%	2.8%	-	-	1.4%
... habe ich gemerkt, dass meine Probleme schwerer sind als ich dachte.	Themen wurden ausgepackt, die eigentlich schon weggepackt waren. Aber im Nachhinein war das auch positiv, da sie wahrscheinlich doch noch nicht ganz bearbeitet waren	55.7%	15.7%	18.6%	4.3%	5.7%
<i>Gesamt Patienten</i>			<i>Mindestens eine NW (Rating 1-4) 78.9%</i>		<i>Mindestens eine schwer belastende NW (Rating 3+4) 22.5%</i>	
Wenn ich an das Auftreten der Therapeutin/ des Therapeuten denke, ...		Trifft nicht zu	Trifft zu, war aber wenig belastend	Trifft zu, war deutlich belastend	Trifft zu, war stark belastend	Trifft zu, war extrem belastend
... kam es zu Spannungen zwischen mir und der Therapeutin/ dem Therapeuten.	Der Therapeut darf nicht zu dominant sein.	94.3%	2.9%	1.4%	1.4%	-

... fühlte ich mich kritisiert und/ oder klein gemacht.	Druck (etwas sagen zu müssen) bewirkt das Gegenteil, man verschließt sich	94.4%	2.8%	2.8%	-	-
... fühlte ich mich überrannt und/ oder dominiert.	Man darf nicht das Gefühl haben, dass der Therapeut sein Ziel durchsetzen will und dafür nicht gut genug auf die Gruppe hört	94.4%	2.8%	2.8%	-	-
... fühlte ich mich ignoriert.	Ich weiß noch nicht mal ob die wissen was ich habe	95.8%	2.8%	1.4%	-	-
... finde ich, dass sie/er die Gruppe nicht im Griff hat.	Manchmal wäre mehr Strukturierung gewünscht. Manche Themen kamen immer wieder auf	91.5%	4.2%	4.2%	-	-
... finde ich, dass sie/er fachlich inkompetent ist.	Wenn es zu wenig Vorgabe des Lösungsweges gibt hat man das Gefühl auf der Stelle zu treten	97.1%	1.4%	1.4%	-	-
... finde ich, dass sie/ er kränker ist als die Patienten.	Der Therapeut muss belastbar wirken, sonst fühlt man sich nicht aufgehoben	100%	-	-	-	-
... hatte ich das Gefühl, dass sie/ er sich über mich lustig macht.	Vom Therapeuten wurde oben draufgetreten, das war manchmal zu hart	97.1%	1.4%	1.4%	-	-
<i>Gesamt Therapeut</i>			<i>Mindestens eine NW (Rating 1-4) 16.9%</i>		<i>Mindestens eine schwer belastende NW (Rating 3+4) 1.4%</i>	
Nach der Gruppenteilnahme ...		Trifft nicht zu	Trifft etwas zu	Trifft teilweise zu	Trifft überwiegend zu	Trifft vollkommen zu
... bin ich entschlossen, nicht mehr an weiteren Gruppensitzungen teilzunehmen.	Ich möchte meinen Platz für andere frei machen	71.8 %	12.7%	7.0%	4.2%	4.2%

... habe ich mir vorgenommen, in zukünftigen Gruppen sehr zurückhaltend und vorsichtig zu sein.	In einer anderen Gruppe wurde ich angegriffen, wollte dann auch erst nichts mehr sagen	62.0 %	32.4%	2.8%	1.4%	1.4%
... habe ich mir vorgenommen in zukünftigen Gruppen sehr viel deutlicher meine Meinung zu sagen.	Konflikte in der Gruppe sind auch gut, man lernt hier sie zu lösen. Im echten Leben flieht man oft davor	61.4 %	25.7%	11.4%	-	1.4%
... fühle ich mich schlechter als zuvor.	Manchmal bin ich rausgegangen und habe gesagt, ich muss das jetzt von mir abschotten sonst schlafe ich selber nicht. Aber vielleicht ist das ja auch ein therapeutischer Wirkfaktor Ich habe mich relativ hilflos gefühlt	60.0 %	21.4%	10.0%	5.7%	2.9%
... verspüre ich öfter als vorher unangenehme Symptome von Anspannung oder Angst.	Ich konnte nicht schlafen, war völlig fertig. Dadurch kommt man wieder in die Spirale und die depressive Phase, die man so gut kennt Dinge beunruhigen	53.5 %	25.4%	15.5%	1.4%	4.2%
... traue ich mich noch weniger zu sagen als vorher.	Es war nicht hilfreich sich auszutauschen	88.7 %	9.9%	-	-	1.4%
... traue ich mich noch weniger auf Andere zuzugehen als vorher.	Man weiß nicht wie andere reagieren	85.9 %	11.3%	1.4%	-	1.4%
... kann ich Therapeuten nicht mehr trauen.		95.8 %	2.8%	-	-	1.4%
... denke ich, dass ich im Alltag ohne Therapie nicht mehr zurechtkommen werde.	Man solltet auch nach der Therapie in einer Gruppe bleiben, in der man reden kann. Eine Gruppe (nicht nur eine Therapiegruppe) ist im Alltag sehr wichtig	43.7 %	28.2%	18.3%	5.6%	4.2%

<i>Gesamt Nachwirkungen</i>			<i>Mindestens eine NW (Rating 1-4) 76.1%</i>	<i>Schwer belastend e NW (Rating 3+4) 18.3%</i>		
Wenn ich insgesamt an die Gruppe denke ...		Trifft nicht zu	Trifft etwas zu	Trifft teilweise zu	Trifft überwiegend zu	Trifft vollkommen zu
... dann mache ich mir Sorgen, dass Inhalte der Gruppe nach außen getragen werden.	Gut, dass es hier nicht im heimischen Umfeld ist. So passiert es nicht, dass etwas zum Arbeitsplatz durchsickert Es ist etwas nach außen getragen worden. Das ist das Risiko dabei, wenn man sich öffnet“	56.3 %	28.2%	12.7%	1.4%	1.4%
... dann habe ich dort die Erkenntnis gewonnen, dass Gruppentherapie nichts für mich ist.	Nicht meine Therapieform Es war Stress pur	49.3 %	23.9%	12.7%	4.2%	9.9%
... dann weiß ich, dass ich in meinem Umfeld sicher Probleme bekomme, wenn ich das in der Gruppe gelernte umsetze.	Ich habe Angst, dass wenn ich das hier gelernte Nein- Sagen zuhause durchsetze sich wichtige Leute von mir abwenden Ich werde höchstens Verwunderung hervorrufen	54.9 %	22.5%	18.3%	-	4.2%
... dann mache ich mir Sorgen, dass sich die Therapie negativ auf mein weiteres Leben auswirkt.	Man muss aufpassen, dass man in seinem normalen Umfeld, z.B. seiner Stammkneipe nicht anfängt therapeutisch zu reden, wie hier in der Gruppe	83.1 %	11.3%	5.6%	-	-

<i>Gesamt Globalerleben</i>			<i>Mindestens eine NW (Rating 1-4) 87.3%</i>	<i>Schwer belastende NW (Rating 3+4) 18.3%</i>
-----------------------------	--	--	--	--